Club Uewersauer

Summerprogramm
Programme d'été

Inter-Actions
Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu

ESCH SUR SURE

Stauséigemeng

LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration
et à la Grande Région

Legende / Légende

	Datum / Date
	Uhrzeit / Horaire
	Treffpunkt / Rendez-vous
	Preis / Prix
	Kind-Erwachsener / Enfant-adulte
	Online-Vortrag oder Onlinekurs
	Begrenzte Teilnehmeranzahl
	Material
	Kursleitung

Kontaktieren Sie uns / Contactez nous

Tel.: 27 40 27 80 • **GSM / Whatsapp:** 621 82 65 36

E-Mail: clubuewersauer@inter-actions.lu

Adresse: 39, rue Flebour • L-9633 Baschleiden

www.clubuewersauer.lu

/ clubuewersauer

Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

Unser Sommerprogramm 2022 ist da!

Wir haben Ihnen für die Monate Mai bis September eine bunte Vielfalt an interessanten Freizeitaktivitäten zusammengestellt.

Trotz Pandemie und Krieg in Europa, versuchen wir hoffnungsvoll in die Zukunft zu blicken und Ihnen durch ein erfrischendes Freizeitprogramm, die Möglichkeit zu bieten, abzuschalten und sich zu erholen.

Neben den bereits bekannten sportlichen, kulturellen, gesellschaftlichen oder intellektuellen Aktivitäten haben wir unsere Aktivitätspalette noch ausgeweitet. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf den, im Sommer, besonders attraktiven und beliebten Outdoor Aktivitäten und den intergenerationellen Treffen. Verbringen Sie eine Nachtmittag mit Ihren Enkeln auf dem Bauernhof oder nehmen Sie gemeinsam an einem Malkurs teil.

Wir haben auch die Aktualität, bedingt durch den Krieg in der Ukraine, nicht außer Acht gelassen und zur besseren Kommunikation mit den zu uns strömenden Flüchtlingen aus dem Kriegsgebiet, einen ukrainischen Sprachkurs für Einheimische organisiert, in welchem Sie einen Sie einen ersten Einblick in die ukrainische Sprache bekommen und lernen kurze Unterhaltungen zu führen.

Weiterhin möchten wir unser Benevolat-Team verstärken, denn besonders der Bedarf an Freiwilligen im Bereich der Integration der Flüchtlinge, bietet auch MitbürgerInnen unserer Gemeinden die Möglichkeit sich für einen guten Zweck zu engagieren, sich nützlich zu spüren und neue Kontakte zu knüpfen.

„Einem Menschen zu helfen, mag nicht die ganze Welt verändern, aber es kann die Welt für diesen einen Menschen verändern".

Wir Ihnen viel Spaß beim Durchblättern der Broschüre und freuen uns Sie bei der einen oder andern Aktivität bzw. in unserem Benevolat-Team begrüßen zu dürfen.

Pax Corinne
Responsable du Club Uewersauer

Gangler Jeff
Président du Comité d'Accompagnement du Club Uewersauer

Chères lectrices, chers lecteurs

Le printemps approche à grands pas et la nature s'éveille : le signal de départ idéal pour les activités du Club Uewersauer.

Après 2 longues années de pandémie et maintenant la guerre en Ukraine, il est temps de se retrouver entre amis et de se rafraichir les idées.

Les collaborateurs du Club Uewersauer sont présents pour vous aider à évoluer dans les démarches.

Dans l'espoir que nos activités de loisirs proposées à l'intérieur et à l'extérieur trouvent à nouveau un accueil favorable et que vous viviez de beaux moments, je vous souhaite, à vous et à votre famille, beaucoup de joie dans les mois à venir.

Toex Will

Représentant de la commune de Winseler

Waasserfest
Fête de l'eau
9.05.2022

Aktivitéite fir Grouss a Kleng ronderëm d'Thema Waasser

Activités pour toute la famille autour de la thématique de l'eau

NATURPARK ÖEWERSAUER

WEIDER DETAILER
PLUS D'INFOS
WWW.NATURPARK-SURE.LU

Club Uewersauer

MËLL DECH BEI EIS!

Inter-Actions
Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu

ESCH SUR SURE

Stauséigemeng

LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration
et à la Grande Région

Inhalt - Contenu

Gesellige regelmäßige Aktivitäten / Activités conviviales régulières..... 8-18

Sport, Gesundheit & Wohlbefinden / Sport, Santé & Bien- Être..... 20-31

Workshops/ Ateliers..... 32-43

Kalender zum Herausnehmen / Calendrier à arracher

Für Gross und Klein/ Pour grands et petits..... 44-52

Kultur & Ausflüge/ Cultur et visites 54-61

E-Learning 62-65

“De Club bei Iech doheem”..... 66-74

Gesellige regelmäßige Aktivitäten
Activités conviviales régulières

Bingo für Alle 9
Bingo pour tous

Immer wieder Dienstags : Restaurant Treff 10
Tous les mardis : Ensemble au restaurant

Konter a Matt 12
„Konter et Mat“

Töpfer-, Mal- & Bastelecke 13
Coin céramique, de peinture et de bricolage

Einkaufsservice: So macht Einkaufen Spass 14
Service d’achat

Rummicub & Co 15
Rummcub & plus

Alpakawanderung 16
Une randonnée avec les alpagas

Alpakatreff 17

„Sproochencafé um Maart“ 18

Bingo für Alle
Bingo pour tous

GRATIS

De Sie glauben Bingo ist langweilig und fade? Nehmen Sie teil und lassen Sie sich vom Gegenteil überzeugen. Für die Gewinner hat sich unser Team kreative Preise ausgedacht. Wir beginnen wie immer mit einem gemeinsamen Mittagessen.

Fr Vous pensez que le bingo est un jeu ennuyeux et fade ? Participez et laissez-vous convaincre du contraire. Notre équipe s'est fait un plaisir de prévoir des prix créatifs pour les gagnants. Comme toujours, nous commençons par déjeuner ensemble.

11.30 - 17.00	
30.06., 28.07., 25.08.2022	
„Deeler Bistro", Dahl	

Immer wieder Dienstags: Restaurant Treff
Tous les mardis : Ensemble au restaurant

De Zusammen in gemütlicher Runde treffen wir uns in der näheren Umgebung zu einem guten Essen. Wir freuen uns auf ein gemeinsames Essen mit Ihnen.

Fr Nous nous retrouvons autour d'un bon repas, en bonne compagnie, dans un restaurant régional. Nous nous réjouissons déjà de manger avec vous.

Commune Boulaide „Bauschelter Stuff“
10.05.2022
07.06.2022
12.07.2022
23.08.2022
30.08.2022

Commune Lac de la Haute-Sûre
31.05.2022, Restaurant „Auberge du Lac“
21.06.2022, Restaurant „Um Schumann’s Eck“
26.07.2022, Restaurant „Auberge du Lac“

Commune Esch-sur-Sûre
05.07.2022, Restaurant „Comte Godefroy“
19.07.2022, Pizzeria „Am Gronn“
16.08.2022, Restaurant „Auberge Fuussekaul“

Commune Winseler
17.05.2022, „Hôtel Pommerloch“
28.06.2022, Pizza Hut
09.08.2022, „Hôtel Pommerloch“

Commune Goesdorf, „Deeler Bistro“
03.05.2022
14.06.2022
02.08.2022

11.30 - 14.00

GRATIS

Konter a Matt Treff
Konter et Matt

De Jeden 1. & 3. Donnerstag im Monat treffen wir uns und lassen die Karten fliegen. Im Restaurant „Um Schumanns-Eck“ nutzen wir die Gelegenheit für ein gemeinsames Mittagessen, bevor wir uns dann anschließend ganz den Karten widmen werden.

Fr Tous les 1er et 3ème jeudi du mois, nous nous rencontrons pour jouer aux cartes. Dans le restaurant « Um Schumanns-Eck », nous avons la possibilité de commencer par un repas commun, avant de nous consacrer complètement aux cartes.

	11:30 - 17:00
	05.05,. 19.05., 02.06., 16.06., 07.07.,21.07., 04.08., 18.08.2022
	Restaurant „Schumann‘ s Eck“

GRATIS

Töpferei-, Mal- und Bastelecke
Coin céramique, de peinture et de bricolage

De Ob Anfänger oder Profi: Kommen Sie mit Ihren Kunstwerken vorbei und setzen diese in gemütlicher Umgebung um. Natürlich können Sie auch einfach „nur“ zum Kaffee trinken vorbeischauen.

Fr Débutant ou professionnel : venez avec vos projets et réalisez-les. Bien sûr, vous pouvez simplement passer et prendre une tasse de café.

	14:00 - 19:00
	DO/JE
	Heiderscheid, „Konschthaus - A Frantzen“

GRATIS

Einkaufsservice: So macht Einkaufen Spaß
Accompagnement & aide aux courses

De Das Angebot richtet sich an Personen, welche Unterstützung beim wöchentlichen Einkaufen benötigen. Vorbei ist die lästige Parkplatzsuche und das Schleppen schwerer Einkaufstaschen. Nach dem Einkaufen lassen wir den Nachmittag gemeinsam, bei einer gemütlichen Tasse Kaffee, ausklingen.

Fr L'offre s'adresse aux personnes qui ont besoin d'aide pour les courses hebdomadaires. Plus besoin de chercher une place de parking et plus de transport de sacs lourds. Après le shopping, nous terminons l'après-midi avec une tasse de café.

	14:30 - 17:30
	DI/MA
	Abholdienst / Transport en minibus
	Pommerloch, „Knaufcenter"

GRATIS

Rummikub & Co bei Kaffee und Kuchen
Rummicub & co avec une bonne tasse de café

De Sie spielen gerne Rummikub oder Karten aber Ihnen fehlen die Mitspieler? Wir treffen uns zur Nachmittagszeit bei Kaffee und Kuchen und verbringen, in gemütlicher Runde, die Zeit beim Kartenspielen oder mit Rummikub.

Fr Vous aimez jouer au rummicub, ou aux cartes, mais vous manquez des autres joueurs ? Nous nous retrouvons dans l'après-midi avec du café et des gâteaux et passons, dans une ronde confortable, le temps à jouer aux cartes ou rummicub.

	14:00 - 17:00
	12.05., 09.06., 14.07., 11.08.2022
	Noertrange, „Am Paalsbau"

Places limitées

Alpaka-Wanderungen
Randonnées avec les alpagas

De Sind Sie auf der Suche nach ein paar Stunden Gelassenheit und Entspannung? Dann ist eine Alpaka-wanderung genau das Richtige für Sie.

Fr Vous recherchez quelques heures de sérénité et de détente ? Alors une randonnée en alpaga est faite pour vous.

	14:00 - 16:00
	14.05., 28.05., 25.06., 09.07., 23.07., 06.08., 20.08.2022
	5 € ( ) / 10 € ( )
	„Op der Maartplaz“, Heiderscheid
	Claudia Keiser-Delbeck

Alpaka- Treff

Places limitées

Gesond iessen Méi beweegen

De Sie möchten unsere Alpakas kennen lernen, aber die Wanderungen sind Ihnen zu lang? Dann ist diese Aktivität genau das Richtige für Sie. Hier können Sie unsere Tiere direkt auf der Weide besuchen, sie füttern und ihnen ganz nah sein.

Fr Vous souhaitez faire connaissance avec nos alpagas, mais nos randonnées sont trop longues pour vous ? Alors cette activité est faite pour vous. Vous pourrez rendre visite aux animaux, leur donner à manger et être tout près d'eux.

	14:30 - 16:30
	24.05., 21.06., 19.07., 23.08.2022
	5 € ( ) / 10 € ( )
	Claudia Keiser-Delbeck

GRATIS

„Sproochecafé um Maart“

De Verstehen und sprechen Sie schon ein wenig Französisch oder Luxemburgisch? Oder möchten Sie eine andere Sprache lernen? Im "Sproochencafé um Maart" können Sie sich in der Sprache Ihrer Wahl, bei Kaffee und Kuchen, unterhalten und neue Menschen kennenlernen.

Fr Vous comprenez et parlez déjà un peu Français ou luxembourgeois ? Ou aimeriez-vous apprendre une autre langue ? Dans le « Sproochencafé um Maart », vous pouvez parler et rencontrer de nouvelles personnes dans la langue de votre choix, autour d’un café et d’un gâteau.

	18:30 - 20:00
	02.05., 04.07., 01.08.2022
	Heiderscheid, „Konschthaus - A Frantzen“

“Club am Duerf“

De Club am Duerf – Immer in Ihrer Nähe:

Sei es Sie spontan beim Spazieren zu begleiten, Ihnen einen Botengang zur Post abzunehmen oder auch ganz einfach auf einen kleinen Plausch bei Ihnen vorbeischauen. Regelmässig ist unser Team, in den Dörfern der 5 Partnergemeinden unterwegs und freut sich, Ihnen mir Rat und Tat zur Seite stehen zu können.

Sprechen Sie uns an!

Montag / Lundi

Gemeinde Boulaide

Dienstag / Mardi

Gemeinde Wincler

Mittwoch / Mercredi

Gemeinde Goesdorf

Donnerstag / Jeudi

Gemeinde Esch-Sauer

ESCH SUR SURE

Freitag / Vendredi

Stausee Gemeinde

Stauséigemeng

Sport, Gesundheit & Wohlfühlen
Sport, Santé & Bien-Être

Nordic Walking 21
Marche Nordique

Wandern 22
Randonnée

Muppen-Treff: 4 Pfoten & 1 Paar Schuhe 23
Muppen Treff: 4 pattes & 1 paire de chaussures

Yoga am Montagmorgen mit Sarah Cattani 24
Cours Yoga au lundi matin avec Sarah Cattani

Zumba 50+ 25

Kajak auf dem Obersauerstausee 26
Kayak sur le lac de la Haute-Sûre

Stand Up Paddeling 27

Selbstverteidigungskurs 50+ 28
Self - défense 50+

Gedächtnistraining 29
Self - défense 50+

Aktiv Yoga am Montagmorgen mit Sarah Cattani 30
Yoga actif au lundi matin avec Sarah Cattani

Waldbaden 31
Détente en forêt

GRATIS

Gesond iessen Méi beweegen

Nordic Walking - garantierter Wohlfühleffekt!
Nordic Walking – effet bien-être garanti !

De An die Stöcke, fertig, los! Wer Spaß an Bewegung und Spazieren hat, ist herzlich willkommen. Es gibt keinerlei Leistungsdruck oder Mindestgeschwindigkeiten.

Fr Ceux qui aiment faire de l'exercice et se promener sont les bienvenus. Il n'y a pas de pression de puissance ou de vitesse minimale.

14:00 - 16:00

MI/ ME

GRATIS

Gesond iessen Méi beweegen

Wandern: Gemeinsam über Stock und Stein
Partez en randonnée ensemble

De Sie sind auf der Suche nach Wanderbegleitern in der Nähe? Dann sind Sie hier richtig: Einfach anmelden und nette Leute in Ihrer Nähe zum Wandern treffen.

Fr Vous cherchez des compagnons de randonnée dans votre région ? Alors vous êtes au bon endroit : il vous suffit de vous inscrire et de rencontrer des personnes sympathiques dans votre région pour faire de la randonnée.

	14:00 - 16:00
	MI/ ME

GRATIS

Gesond iessen Méi beweegen

Muppen-Treff: 4 Pfoten 1 Paar Schuhe
“Muppen-Treff”: 4 pattes 1 paire de chaussures

De Sie möchten in geselliger Runde mit Ihrem Hund spazieren gehen? 1-mal monatlich trifft sich unser “Uewersauer Muppen-Treff”. Selbstverständlich sind auch alle Nicht-Hundebesitzer herzlich willkommen.

Fr Vous souhaitez promener votre chien en bonne compagnie ? Notre «Uewersauer Muppen- Treff» se réunit une fois par mois. Tous les propriétaires non-chiens sont également les bienvenus.

14:00 - 16:00

MI/ ME

Places limitées

Yoga am Montagmorgen
Yoga au lundi matin

Gesond iessen Méi beweegen

De Sie haben wenig bis gar keine Yogaerfahrung und möchten stärker, beweglicher werden und Stress abbauen? Im Anfängerkurs lernen Sie die grundlegenden Körperhaltungen, sowie Atem- und Entspannungstechniken kennen.

Fr Vous avez peu ou pas d'expérience en yoga et souhaitez devenir plus fort, plus souple et réduire votre stress ? Dans le cours pour débutants, vous apprendrez les postures de base ainsi que les techniques de respiration et de relaxation.

	09:15 - 10:15
	16.05., 23.05., 30.05., 13.06., 20.06., 27.06., 04.07., 11.07., 18.07., 25.07.2022
€	130 € (10 Einheiten/ séances)
	Baschleiden, „Hannert der Kierch“
	Sarah Cattani

Sprache/langue : LU

Immer Mittwochs: Zumba 50+
Chaque mercredi : Zumba 50+

De In diesem Kurs trainieren wir eine einfache und leichte Form des Zumba. Der Kurs eignet sich sowohl für Neueinsteiger und ist für ältere und aktive Menschen entwickelt worden, als auch für Menschen, die Ihre Koordination und Kondition langsam und gezielt aufbauen möchten.

Fr Dans ce cours, nous pratiquons une forme simple et légère de zumba. Le cours est adapté pour des débutants et a été développé pour les personnes âgées et actives, ainsi que pour les personnes qui veulent traîner leur coordination et leur condition lentement.

	10:00 - 11:00
	ab 15.06.2022
	225€ (15 Einheiten/ séances)
	Eschdorf, « Ancienne Mairie »
	Claudine Laporal

Sprache/langue : FR

Places limitées

Kajak auf dem Obersauerstausee (12 +)
Kajak sur le lac de la Haute-Sûre (12 +)

Gesond iessen Méi beweegen

De Hier haben Sie die Möglichkeit die wichtigsten Elemente beim Kajakfahren kennen zu lernen und zu üben. Kajaken ist ganz einfach, Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Fr Ici vous avez la possibilité de découvrir et de pratiquer les éléments les plus importants lors du kayak. Aucune connaissance préalable n'est nécessaire.

	14:00 - 17:00
	21.07.2022 oder/ou 25.08.2022
	14.07.2022 oder/ou 18.08.2022
	25 €
	Lultzhausen, Base Nautique
	Mitarbeiter / collaborateur, Base Nautique

Places limitées

Faszination StandUp Paddling! (12+)
Découvrez le stand-up paddle (12+)

Gesond iessen Méi beweegen

De Stand-Up Paddling ist ein schnell zu erlernender Sport. Es macht nicht nur Spaß, sondern trainiert auch verschiedene Muskeln. Besuchen Sie unseren Einsteigerkurs und testen Sie diese Sportart.

Fr Le stand-up paddle est un sport rapide et facile à apprendre. Non seulement il est amusant, mais il fait aussi travailler différents muscles. Participez à notre cours pour débutants et testez ce sport.

14:00 - 17:00	
11.08.2022	
04.08.2022	
25 €	
Lultzhausen, Base Nautique	
Mitarbeiter / collaborateur, Base Nautique	

Places limitées

Selbstverteidigungskurs 50+
Self-défense 50+

Gesond iessen Méi beweegen

De André Degros, seit fast 25 Jahren Taekwondo-Trainer, zeigt Ihnen in der Einführung in die Selbstverteidigung neben vielen anderen Techniken, wie Sie nicht zum Opfer und nicht zum Ziel eines Angriffs werden.

Fr André Degros, formateur en Taekwondo depuis près de 25 ans, vous montre dans cette introduction à l'autodéfense parmi de nombreuses autres techniques comment ne pas devenir victime et comment ne pas devenir la cible d'une attaque.

	19:00 - 20:00
	19.05., 26.05., 02.06., 09.06., 16.06., 30.06.2022
	13.05.2022
	60 € (6 Einheiten/ séances)
	Nocher, Hall Sportif
	André Degros

Places limitées

Gedächtnistraining
Entraînement de la mémoire

De In diesem Kurs, werden Sie mit wissenschaftlichen geprüften Übungen zum Gedächtnistraining gefördert um fit zu bleiben oder zu werden. Mit vielen praktischen Tricks und Übungen wird spielerisch Ihre Gehirnleistung verbessert.

Fr Dans ce cours, des exercices d'entraînement de la mémoire vous permettront de rester ou de retrouver la forme. Grâce à de nombreuses exercices pratiques, vous pourrez améliorer vos performances cérébrales de manière simple.

	10:00 - 11:30
	21.06., 28.06., 05.07., 12.07., 19.07., 26.07.2022
	14.06.2022
	120 € (6 Kurse / Séances)
	Heiderscheid, „Konschthaus – A Frantzen“
	Edmée Hoffmann-Gales

Places limitées

Aktiv Yoga am Montagmorgen
Yoga actif au lundi matin

Gesond iessen Méi beweegen

De Der Kurs beinhaltet die perfekte Mischung aus An- und Entspannung mit Atemübungen und Elementen der Meditation. Neben dem Sonnengruß werden noch andere Asanas praktiziert. Der Kurs ist perfekt für bereits Yoga-Praktizierende und hinterlässt ein glückliches, gestärktes und entspanntes Gefühl.

Fr Le cours comprend des exercices de respiration et des éléments de méditation. En plus de la salutation au soleil, d'autres asanas sont pratiquées. Le cours est parfait pour les pratiquants de yoga déjà et laisse un sentiment heureux, renforcé et détendu.

	10:30 - 11:30
	16.05., 23.05., 30.05., 13.06., 20.06., 27.06., 04.07., 11.07., 18.07., 25.07.2022
€	**130€** (10 Kurse/Cours)
	Baschleiden, „Hannert der Kierch"
	Sarah Cattani

Sprache/langue : LU

Places limitées

Waldbaden: Entspannung im Wald
Waldbaden: Détente en forêt

Gesond iessen Méi beweegen

De Wer Entspannung sucht oder seine Gesundheit stärken will, sollte »Shinrin Yoku« oder »Waldbaden«, wie der Trend aus Japan hierzulande heißt, unbedingt einmal ausprobieren. Warum? Es baut Stress ab, stärkt das Immunsystem, verbessert den Schlaf und die Konzentrationsfähigkeit.

Fr Le «Shinrin Yoku» ou «Waldbaden» vous aide à vous détendre ou à renforcer votre santé. Cette méthode japonaise de relaxation soulage le stress, renforce le système immunitaire et améliore le sommeil et la concentration.

	14:00 -16:00
	21.07.2022
	14.07.2022
	20 €
	Eschdorf
	Marike Kremers

Workshop / Atelier

Auf der Suche nach dem Gin des Lebens **33**
Pour les amateurs de Gin : Découverte et dégustation

Es wird wieder genäht **34**
On recommence à coudre

Gratis Schnupperkurs: Hoopers **35**
Séminaire d´initiation: Hoppers

Fermetieren: Lebensmittel einfach, gesund und lecker konservieren **36**
Conserver les aliments de manière simple, sûre, saine et délicieuse

Upcycling: Verschönern Sie Ihre Möbel **37**
Upcycling : embellissez vos meubles

Frischekur2022 mit Miia Susanne Klein **38**
Cure de fraîcheur 2022 : plus de plaisir énergie & sérénité

Keramikkurs: Lustige Gartenstecker und Deko **39**
Cours de céramique : Décoration de jardin

Schnupperkurs: Arbeiten mit Speckstein **40**
Cours d'initiation : Atelier de stéatite

Workshop: Drahtige Kunstwerke **41**
Workshop: Art en fil de fer

Ukrainisch im Alltag **42**
l'ukrainien dans le quotidien

Gin Tasting: Auf der Suche nach dem Gin des Lebens...
Pour les amateurs de Gin : Découverte et dégustation

De Was muss man beachten um den perfekten Gin Tonic zu mixen? Tauchen Sie ein, in die Welt des Gins und erfahren Sie darüber hinaus Interessantes über die geschichtliche Entstehung. Inbegriffen sind das Testen von 3 Gin Sorten (Dry, Navy und Sloe Gin) mit jeweils dem passenden Tonic.

Fr Dans une ambiance conviviale, vous aurez l'occasion de déguster différents produits d'Opyos. Le prix comprend la dégustation de 3 sortes de gin (Dry, Navy et Sloe Gin) ainsi que le tonic correspondant.

€	40 € ( )
	17:30 - 19:00
	28.05.2022
	Boulaide, „Bauschelter Stuff“
	20.05.2022
	Jim Wagner, Opyos Beverages

Places limitées

Es wird wieder genäht
On recommence à coudre

De Was kann meine Nähmaschine und wie funktioniert sie? Wie kopiere ich einen Schnitt und welcher Stoff passt dazu? Werden Sie fit im Umgang mit der Nähmaschine und lernen tolle Tipps und Tricks rund ums Nähen!

Fr Que peut faire ma machine à coudre et comment fonctionne-t-elle ? Comment copier un modèle et quel tissu va avec ? Apprenez à vous servir de la machine à coudre et découvrez des trucs et astuces sur la couture !

	19:00 - 21:30
	MI/ME
	146 € (12 Kurse / séances)
	Heiderscheid, „Konschthaus – A Frantzen“
	Ursula Huppertz-Scheuern

Places limitées

Gratis Schnupperkurs: Hoopers
Cours d´initation « Hoopers »

De Bei „Hoopers“ führt der Besitzer seinen Hund auf Distanz durch einen Parcours. Eine perfekte Abstimmung zwischen Menschen und Hund. Die Sportart ist ebenfalls für Mensch und Hund mit körperlichen Einschränkungen geeignet.

Fr Au « Hoopers », le propriétaire guide son chien, à distance à l'aide de signes auditifs et visuels : une coordination parfaite entre l'homme et le chien. Ce sport est accessible à tous les chiens ainsi qu'aux propriétaires de chiens souffrant d´un déficit physique.

	11:00 - 12:00
	07.05.2022
	Nocher, „Hundetraining Pfotenglück“
	02.05.2022
	Wolfgang Bossmann

Lebensmittel einfach, sicher, gesund und lecker konservieren

Conserver les aliments de manière simple, sûre, saine et délicieuse

De Erfahren Sie alles Wissenswerte über die Fermentierung und probieren Sie eine Vielzahl verschiedener Köstlichkeiten. Ihre eigenen Kreationen können Sie am Ende des Workshops mit nach Hause nehmen.

Fr Venez connaître cette ancienne technique de conservation des aliments pour créer de nouvelles recettes simples, saines et délicieuses. Préparez et emportez vos créations, réalisées pendant le cours, chez vous.

	14:00 - 18:00
	50 € (Material inbegriffen / matériel inclus)
	11.06.2022
	03.06.2022
	Goesdorf, "Centre culturel"
	Stefania Filice, « Microtarians »

Places limitées

Upcycling: Verschönern Sie Ihre Möbel
Upcycling: Embesllissez vos meubles

De Verleihen Sie einem alten Möbelstück wieder neuen Glanz. Kommen Sie mit Ihrem eigenen Möbelstück (Kleinmöbel z.B. Hocker, Stuhl, Nachttisch) vorbei und lernen Sie, von einem Profi, Techniken kennen, welche Ihr altes Möbel am Ende des Tages in ein Neues verwandeln.

Fr Le vieux fait le neuf- Redonnez un coup de jeune à un vieux meuble. Venez avec votre propre meuble (petit meuble p.ex. tabouret, chaise, table de nuit) et apprenez, par un professionnel, des techniques qui transformeront à la fin de la journée votre vieux meuble en un nouveau.

	13:00 - 18:00
	110 € (Material inbegriffen / matériel inclus)
	04.08.2022
	29.07.2022
	Heiderscheid, „Konschthaus – A Frantzen“
	Annick Boltz

Frischekur: Mehr Genuss Energie & Gelassenheit

Cure de fraîcheur : plus de plaisir énergie & sérénité

De Mit neuen Essgewohnheiten zu mehr Frische & Energie gelangen: Gemeinsam kochen und genießen Sie ein gesundes und vitalisierendes Menü. Zudem erhalten Sie viele Tipps und Anleitungen von einem Profi über eine gesunde Frischekur und erfahren, wie Sie diese ganz einfach zuhause umsetzen können.

Fr Retrouver plus de fraîcheur & d'énergie grâce: Vous cuisinerez et dégusterez ensemble un menu sain et revitalisant. En même temps, vous recevrez de nombreux conseils et instruction, d'un professionnel, pour une cure de fraîcheur saine et apprendrez comment les mettre en pratique chez vous.

	13:30 - 17:30
	45 € (Material inbegriffen / matériel inclus)
	14.05.2022
	03.05.2022
	Goesdorf, „Centre culturel“
	Miia Susanna Klein

Places limitées

Keramikkurs: Lustige Gartenstecker und Deko
Cours de céramique : Décoration de jardin

De Ein zweiteiliger Workshop, für alle, die kreativ mit Ton arbeiten wollen.

1.Teil: Erstellung der Figuren, die dann im Atelier getrocknet und gebrannt werden. 2.Teil: Glasieren Ihrer Werke.

Fr Un atelier en deux parties consacrées à la fabrication de petits objets de décoration pour la maison : 1ère partie : création des figurines qui seront ensuite séchées et cuites dans l'atelier. 2ème partie : émaillage de vos pièces.

	13:00 - 17:00
	50 € (Material inbegriffen / matériel inclus)
	21.05.2022 & 18.06.2022
	16.05.2022
	Heiderscheid, „Konscht-haus – A Frantzen“
	Carine Boentges-Reckinger

GRATIS

Schnupperkurs: Arbeiten mit Speckstein (10 +)
Cours d'initiation : Atelier de stéatite

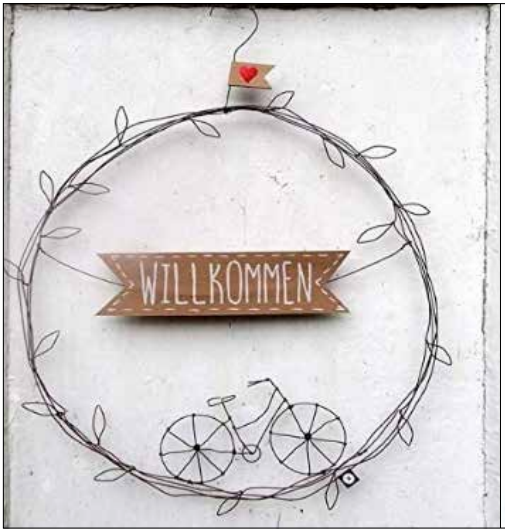
De In unserem Schnupperkurs, können Sie, unter professioneller Anleitung, Ihren individuellen Handschmeichler aus Speckstein gestalten. Bei Interesse wird ein Vertiefungskurs angeboten.

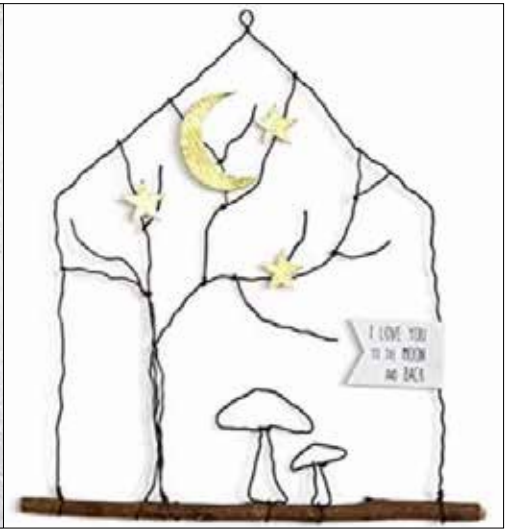
Fr Lors de notre atelier de taille de pierre, qui s'adresse aux débutants, vous pourrez créer votre propre flatteur pour les mains en stéatite, sous la direction d'un professionnel. En cas d'intérêt, un cours approfondi sera offert.

	13:00 - 17:00
	14.05.2022
	05.05.2022
	Heiderscheid, „Konscht-haus - A Frantzen“
	Ursula Huppertz-Scheuern

Places limitées

Workshop: Drahtige Kunstwerke
Workshop: Art en fil de fer





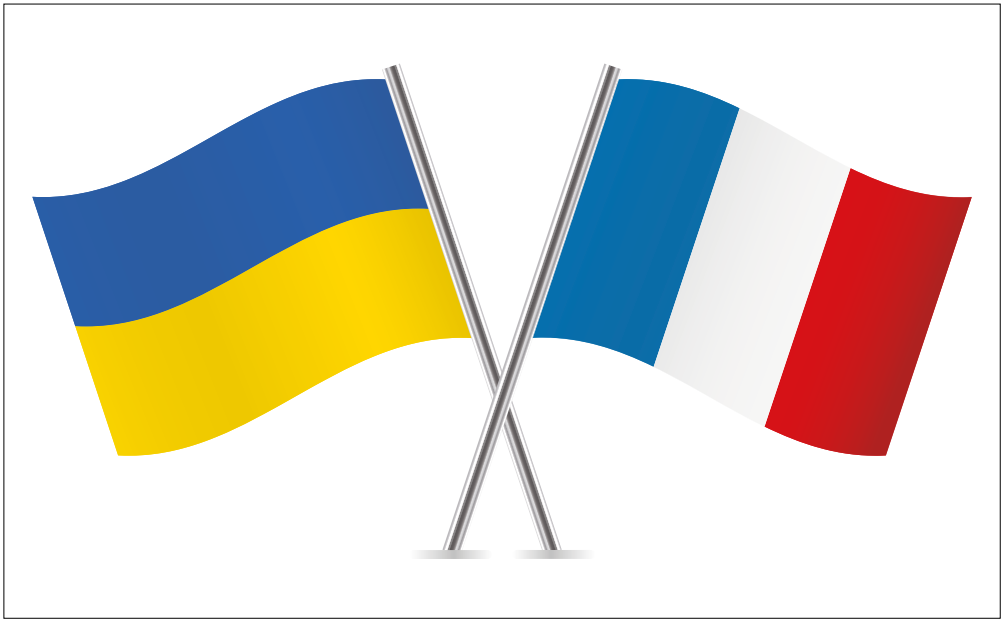
De Im Vordergrund steht der Spaß, kreativ etwas mit dem Material Draht zu gestalten.

Am Ende hält jeder Teilnehmer sein persönlich gestaltetes "Unikat" in den Händen.

Fr Différentes techniques sont expliquées et mises en pratique. L'accent est mis sur le plaisir de réaliser quelque chose de créatif avec le fil de fer. À la fin, chaque participant tient dans ses mains une "pièce unique" qu'il a personnellement créée.

	13:00 - 17:00
	20 € (Material inbegriffen / matériel inclus)
	19.07.2022
	10.07.2022
	Heiderscheid, „Konschthaus – A Frantzen“
	Ursula Huppertz-Scheuern

Sprachkurs: Ukrainisch im Alltag
Cours de langue : l'ukrainien dans le quotidien



De Ziel des Kurses, ist die Vermittlung von Basiskenntnissen, um eine kurze Unterhaltung führen zu können. Als Basis, wird die französische Sprache angewendet.

Fr Le but est de transmettre des connaissances de base afin de pouvoir avoir une courte conversation. Apprenez les premiers mots et expressions importants pour la vie quotidienne.

€	**100€** (10 Kurse/10 cours)
	Auf Anfrage
	Heiderscheid, „Konschthaus – A Frantzen“

Places limitées

„Walk & Talk“

Gesond iessen Méi beweegen

De Werden Sie Teil unserer „Walk & Talk“ Runde und frischen Sie, während einem gemütlichen Spaziergang, Ihre Englisch- oder Spanischkenntnisse auf. Es herrscht eine ungezwungene Atmosphäre, in der man einfach drauflosredet, seine Kenntnisse erweitert und neue Leute kennenlernt.

Fr Participez à notre groupe « Walk & Talk » et rafraîchissez, lors d’une promenade, vos compétences linguistiques en anglais ou en espagnol. Il y a une atmosphère agréable dans laquelle vous parlez, en même temps élargissez vos connaissances et rencontrez de nouvelles personnes.

	Auf Anfrage / sur demande
€	**10 € ( )**
	Anna Hollenbach

Für Groß und Klein /Pour grands et petits

Streichelzoo um Hanshaff: Für Kinder von 0- 4 Jahre..... 45
Zoo pour enfants de 0-4 ans sur le Hanshaff

Kraiderwanderung um Burfelt (6+) 46
Randonnée aux herbes au lac de la Haute -Sûre (6+)

Survival Training (6 +) 47
Survival Training (6+)

Nachmittag auf dem Bauernhof: Kleintiere (4+) 48
Après-midi à la ferme : Petits animaux (4+)

Der Weg der Milch (4+) 49
Du pré au verre – le chamin du lait (4+)

Die Rolle des Landwirtes (4+) 50
Quel est le rôle de l'agriculteur (4+)

Vom Korn zum Brot (4+) 51
Du grain de blé au pain (4+)

Malkurs für Enkelkinder (8+)..... 52
Cours de peinture pour les petits enfants (8+)

Places limitées

Streichelzoo um Hanshaff (bis 3 Jahre)
Zoo pour enfants sur le Hanshaff (jusqu´à 3 ans)

De Ob Großeltern, Eltern, Onkel oder Tanten – Begleiten Sie die Allerkleinsten auf den Erlebnisbauernhof der Familie Hans. Von Hühnern füttern, über Kaninchen streicheln Ziegen, Kühe und Kälber füttern, alles ist dabei!

Fr Grands-parents, parents, oncles ou tantes - Accompagnez les petits à la ferme d'aventure de la famille Hans. De l'alimentation des poules aux caresses des lapins, des chèvres, des vaches et des veaux, tout y est !

	09:30 - 11:00
	15 € (🧍) / 10 € (🧍)
	07.05, 04.06., 09.07., 06.08.2022
	Bockholtz, „HansHaff“
	Sandra Hans

Places limitées

Gesond iessen Méi beweegen

Kräuterwanderung am Obersauerstausee (6+)
Randonnée aux herbes au lac de la Haute-Sûre (6+)

De Lassen Sie sich von der Kräuterexpertin erklären, wozu man die verschiedenen Kräuter nutzen kann. Gemeinsam wird eine Kräutersalbe hergestellt. Während der Pause kann man selbstgemachte Chips, sowie einen Sommerkräutertee genießen.

Fr Laissez-vous expliquer, par une experte en herbes, ce que vous pouvez faire avec différentes herbes et ce à quoi vous devez faire particulièrement attention. Les herbes récoltées serviront à fabriquer une pommade. Des chips d'ortie, ainsi qu'une tisane d'été, pourront être dégustées pendant une pause.

	14:00 - 17:00
	15 € ( ) / 10 € ( )
	19.06.2022
	16.06.2022
	Waldendeckungszentrum, „Um Burfelt“
	Laurence Lambotte

Places limitées

Survival Training (6+)
Entraînement à la survie (6+)

Gesond iessen Méi beweegen

De Verbringen Sie einige spannende Stunden in der Natur. Erfahren Sie, was es heißt „outdoor“ zu leben. Lernen Sie selber Feuer zu machen – Löffel zu schnitzen – eine Schutzhütte mit eigenen Händen zu bauen und vieles mehr.

Fr Passez quelques heures ensemble dans la nature. Découvrez ce que signifie vivre en plein air. Apprenez à faire du feu vous-même - à tailler des cuillères - à construire un abri de vos propres mains et bien plus encore.

09:30 - 15:30	
15 € (1) / 10 € (1)	
27.08.2022	
25.08.2022	
Waldendeckungszentrum, „Um Burfelt“	
Laurence Lambotte	

Places limitées

Nachmittag auf dem Bauernhof: Kleintiere (4+)
Après-midi à la ferme : Petits animaux (4+)

De Kaninchen kuscheln, Hühner füttern, Pferde streicheln und mit Ziegen spielen: Wir pflegen und füttern die Tiere und basteln Futterspielzeug für sie, mit allem was die Natur zu bieten hat.

Fr Câliner les lapins, nourrir les poules, caresser les chevaux et jouer avec les chèvres : Nous soignons, nourrissons et prenons soin des animaux, préparons de délicieuses assiettes de nourriture, avec tout ce que la nature a à offrir.

	14:00 - 16:00
€	15 € ( ) / 10 € ( )
	07.05.2022
	Bockholtz, „HansHaff“
	Sandra Hans

Places limitées

Der Weg der Milch (4+)
Du pré au verre - le chemin du lait (4+)

De Zusammen erleben wir den Weg der Milch von der Kuh bis in den Milchtank und erfahren nebenbei alles wichtige über die Fütterung und Haltung von Kühen. Abschließend stellen wir gemeinsam Butter her und verfeinern diese mit frischen Kräutern aus unserem Garten.

Fr Nous découvrons ensemble le parcours du lait, de la vache au tank à lait, et apprenons en même temps tout ce qu'il faut savoir sur l'alimentation et l'élevage des vaches. Pour finir, nous fabriquons du beurre et l'affinons avec des herbes fraîches de notre jardin.

	14:00 - 16:00
€	15 € (👨‍👧) / 10 € (👨)
	04.06.2022
	Bockholtz, „HansHaff“
	Sandra Hans

Places limitées

Die Rolle des Landwirtes (4+)
Quel est le rôle de l´agriculteur ? (4+)

De Was und wie viel frisst eine Kuh eigentlich? Darauf und auf viele andere Fragen suchen wir die Antworten. Wir schlüpfen einen Nachmittag lang in die Rolle eines Bauers und übernehmen seine verschiedenen Aufgaben.

Fr Qu´est-ce que mange la vache? Quel est le menu quotidien des vaches? C'est ce que nous apprendrons cet après-midi, et bien plus encore. Le temps d'un après-midi, nous nous glissons dans la peau d'un agriculteur et prenons en charge ses tâches.

	14:00 - 16:00
	15 € ( ) / 10 € ( )
	09.07.2022
	Bockholtz, „HansHaff“
	Sandra Hans

Places limitées

Vom Korn zum Brot (4+)
De grain de blé au pain (4+)

De Vom Anbau bis zum Korn, der Weg vom Mehl zum Brot ist lang. Wir erfahren vieles über den Anbau der verschiedenen Getreidesorten, stellen unser eigenes Mehl her und backen ein frisches Brot. Je nach Wetterlage machen wir Stockbrot am Lagerfeuer.

Fr De la culture au grain, en passant par la farine et le pain, le chemin est long. Nous apprenons beaucoup de choses sur la culture des différentes céréales, fabriquons notre propre farine et cuisons un pain frais. Selon le temps, nous ferons du pain de canne autour d'un feu de camp.

	14:00 - 16:00
€	15 € (1 adulte) / 10 € (1 enfant)
	06.08.2022
	Bockholtz, „HansHaff“
	Sandra Hans

Places limitées

Malkurs für Enkelkinder (8+)
Cours de peinture pour petits-enfants (8+)

De In einer kleinen Gruppen, lernen wir verschiedene Gestaltungstechniken, sowie die Grundlagen vom Zeichnen, Malen und Komposition. Die Kreativität und Ideenfindung wird in unserer inspirierenden Atelieratmosphäre gefördert.

Fr En petit groupe, nous apprenons différentes techniques de conception ainsi que les bases du dessin, de la peinture et de la composition. La créativité est encouragée dans notre atmosphère de studio inspirante.

	13:00 - 18:00
	20 € (Material inbegriffen / matériel inclus)
	25.08.2022
	18.08.2022
	Heiderscheid, „Konschthaus- A Frantzen“
	Yvette Rischette

Haben Sie Interessante Hobbys
oder besitzen Sie handwerkliches Geschick?
Dann melden Sie sich!

VORAUSSETZUNGEN:

Entsprechende fachliche Qualifikation,
Erfahrung im Anleiten von Gruppen und
Freude an der Arbeit mit Menschen.
Auch Online-Angebote sind willkommen!

Wir freuen uns auf Ihre Kursvorschläge und Bewerbungen!

Wir suchen Künstler/innen, die 1-2 mal im Jahr einen Wochenendworkshop geben, an zeitlich begrenzten Projekten mitwirken oder wöchentlich eine Gruppe von Interessierten leiten.

Ausflüge & Kultur/ Culture & Visites

Saarschleife: Baumwipfelpfad **55**
Saarschleife: La boucle de la Sarre et point de vue « Cloef »

Schlemmerfahrt mit der MS Marie Astrid **56**
Croisière gourmande MS Princesse Marie Astrid

Solarboot: Unterwegs mit Sonnenenergie **57**
Bateau solaire: en mouvement avec l'énergie solaire

Ausflug ins Saarland: Ein Tag in Saarbrücken **58**
Excursion en Sarre: Une journée à Sarrebruck

Die besten Muscheln in Ostende **59**
Les meilleures moules à Ostende

Wandern für Singles und Alleinstehende **60**
Randonnée pour les célibataires

Ein Tag am Obersauerstausee **61**
Une journée au Lac de la Haute-Sûre

Die Saarschleife: Baumwipfelpfad & Aussichtspunkt Cloef

Saarschleife: La boucle de la Sarre et point de vue « Cloef »

De Die Saarschleife gehört zu den bekanntesten Ausflugszielen im Saarland. Erkundet werden kann die 12 km lange Saarschleife per Rad, zu Fuß oder mit dem Ausflugsschiff. Den schönsten Blick über das Panorama bietet der Aussichtspunkt "Cloef".

Fr La boucle de la Sarre est l'un des buts d'excursion les plus connus de la Sarre. La boucle de la Sarre, longue de 12 km, peut être découverte à vélo, à pied ou en bateau d'excursion. Le point de vue "Cloef" offre la plus belle vue sur le panorama.

	Tagesausflug mit Bus / Excursion d'une journée avec bus
	24.05.2022
	16.05.2022
	50 € ( )

Schlemmerfahrt mit der MS Marie Astrid
Croisière gourmande MS Princesse Marie-Astrid

De Genießen Sie einen Moment intensiver Freude während Ihrer Schlemmer- Kreuzfahrt und entdecken Sie eine köstliche Mischung von Aromen. Gaumenfreude pur!

Fr Partagez un moment de plaisirs intenses lors de votre croisière gourmande et découvrez un mélange de saveurs qui ravira les plus fins palais !

	Tagesausflug mit Bus / Excursion d'une journée avec bus
	26.08.2022
	16.08.2022
	35 € ( ) / 60 € ( )

Solarboot: Unterwegs mit Sonnenenergie
Bateau solaire: en mouvement avec l'énergie solaire

De Mit der Sonne im Tank über den Stausee. Entdecken Sie Luxemburgs größtes Trinkwasserreservoir aus einer neuen Perspektive!

Fr Découvrez le plus grand réservoir d'eau potable du Luxembourg sous un angle nouveau. Faites l'expérience d'un tour des amphibiens en bateau solaire.

	16:00 - 18:00
	14.07.2022 & 18.08.2022
	11.07.2022 & 15.08.2022
	8 € ( )

Ausflug ins Saarland: Ein Tag in Saarbrücken
Excursion en Sarre : Une journée à Sarrebruck

De Der belebte Marktplatz im Stadtteil St. Johann ist das Herzstück der Stadt: Hier findet man Boutiquen, Geschäfte und Restaurants Am 30.Juli findet hier auch der „Saarbrücker Bauernmarkt“ statt.

Fr La place du marché animée dans le quartier de St. Johann est le cœur de la ville : vous y trouverez des boutiques et des restaurants. Le 30 juillet, le « Marché fermier de Sarrebruck » aura également lieu ici.

	Tagesausflug mit Bus / Excursion d'une journée avec bus
	30.07.2022
	22.07.2022
	25 € (<12) / 50 € Essen nicht inbegriffen - Repas non-inclus

Die besten Muscheln in Ostende
Les meilleures moules à Ostende

De Wir haben einen Tisch im „Bistro de La Mer“ reserviert. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Sei es ein Spaziergang am 7 Kilometer langen Strand oder beim Bummeln durch die Innenstadt: Ostende bietet viele Möglichkeiten. Natürlich können Sie sich auch auf einer Terrasse oder einer Bank mit Blick aufs Meer ausruhen.

Fr Nous réserverons une table pour un repas ensemble au « Bistro de La Mer ». L'après-midi est à votre guise : que ce soit une promenade sur la plage ou dans le centre-ville, Ostende offre de nombreuses possibilités. Bien sûr, vous pouvez vous reposer sur une terrasse ou un banc donnant sur la mer.

	Tagesausflug mit Bus / Excursion d'une journée avec bus
	13.07.2022
	06.07.2022
	25 € (<12) / 50 € Essen nicht inbegriffen - Repas non-inclus

Wandern für Singles und Alleinstehende
Randonnée pour les célibataires

De Wanderungen in der Natur bieten eine gute Gelegenheit, andere Menschen mit gleichen Interessen persönlich kennen zu lernen und neue Kontakte zu knüpfen.

Die Wanderung führt durch das schöne Sauertal, mit vielen Eindrücken und Aussichten und endet im Restaurant „Pizzeria Bissen“ zum gemeinsamen Ausklang.

Fr La randonnée est une bonne occasion de rencontrer d’autres personnes ayant les mêmes intérêts et de nouer de nouveaux contacts. La randonnée mène à travers le « Sauerdall » avec une belle vue et se termine dans le restaurant « Pizzeria Bissen » à la conclusion commune.

	Tagesausflug **Excursion d’une journée**
	18.06. & 28.08.2022
	13.06. & 22.08.2022
€	**10 € ( )** **Essen nicht inbegriffen - Repas non-inclus**

Ein Tag am Obersauerstausee
Une journée au Lac de la Haute-Sûre

De Genießen Sie einen Tag am Obersauer Stausee. Wir besichtigen das Museum der Tuchfabrik in Esch-Sauer, essen in einem gemütlichen Restaurant, auf der Gartenterrasse, mit regionalen Produkten aus der Obersauer zu Mittag und starten dann zu einer Fahrt mit dem Solarboot über den Stausee.

Fr Profitez d'une journée au lac de la Haute- Sûre. Pour commencer, nous visitons le musée de la draperie à Esch-Sauer, avant de manger dans un restaurant confortable, avec des produits régionaux de la Haute-Sûre, pour midi et finalement, nous participerons à une sortie guidée avec le bateau solaire.

	Tagesausflug mit Bus / Excursion d'une journée avec bus
	07.07.2022
	31.06.2022
	15 € ( ) Essen nicht inbegriffen - Repas non-inclus

E-Learning zu Hause / E-learning à domicile

Laptop, Smartphone & Tablette **63**

Facebook, Skype &WhatsApp **64**

Hilfe bei Online-Einkäufen **65**
Aide aux achats en ligne

GRATIS

Laptop, Smartphone & Tablet

De Computer und Internet bieten viele Möglichkeiten der Information, Kommunikation oder Unterhaltung. Wir unterstützen Sie beim Kennenlernen der neuen Technologien.

Fr L'ordinateur et l'internet offrent de nombreuses opportunités d'information, de communication et de divertissement. Nous vous accompagnons dans la découverte des nouvelles technologies.

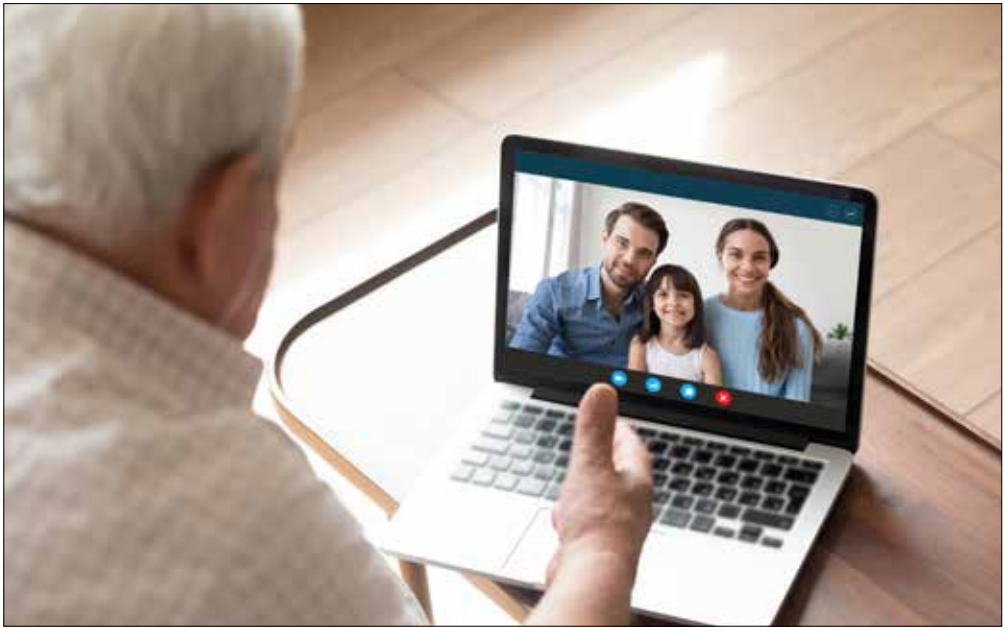
PC, Smartphone oder Tablet sind vorhanden, falls Sie kein Eigenes besitzen.

Smartphone, ordinateur ou tablette pourront être mis à votre disposition lors des cours.

Nach Terminabsprache / Sur rendez-vous

GRATIS

Facebook, Whatsapp & Skype



De Lernen Sie Kommunikationsplattformen wie Facebook, WhatsApp oder Skype kennen. Wir helfen Ihnen diese Funktionen auf Ihrem Gerät zu installieren, zu bedienen und stehen Ihnen danach beratend zur Seite.

PC, Smartphone oder Tablet sind vorhanden, falls Sie kein Eigenes besitzen.

Fr Apprenez à connaître les plateformes de communication comme Facebook et WhatsApp. Nous vous aiderons à les installer et à les utiliser sur votre appareil.

Smartphone, ordinateur ou tablette pourront être mis à votre disposition lors des cours.

Nach Terminabsprache / Sur rendez-vous

GRATIS

Hilfe bei Online-Einkäufen
Aide aux achats en ligne

De Online einkaufen zu können wird immer wichtiger. Wir bieten Ihnen Unterstützung an, damit Sie Schritt für Schritt lernen Ihre Einkäufe selbstständig per Computer zu tätigen.

PC, Smartphone oder Tablet sind vorhanden, falls Sie kein Eigenes besitzen.

Fr La possibilité de faire des achats en ligne devient de plus en plus importante. Nous vous proposons un accompagnement afin que vous puissiez apprendre à faire vos propres achats en ligne.

Smartphone, ordinateur ou tablette pourront être mis à votre disposition lors des cours.

Nach Terminabsprache / Sur rendez-vous

De Club bei Iech Doheem

Sprach Kurs - Online **67**
Coin linguistique en ligne

Online Klavierunterricht **68**
Cours de piano en ligne

Online Gesangskurs **69**
Cours de chant en ligne

Dog Trick Gym **70**

Gratis Tablet-Schnupperstunde für Einsteiger **71**
Cours d'initiation gratuit à la tablette pour les débutants

Kreativ-& Dekorationsbox für zu Hause **72**
Set de bricolage à la maison

Beratungs- und Besuchsdienst **73**
Service de conseil et de visite

Online Yoga mit Sarah Cattani **74**
Yoga en ligne avec Sarah Cattani

Sprach Kurs– Online
Coin linguistique en ligne

De Sie suchen eine neue Herausforderung und möchten gerne eine neue Sprache lernen? In unserem Online “SprochenEck” können Sie online verschiedene Sprachen lernen.

Fr Vous recherchez un nouveau défi et souhaitez apprendre une nouvelle langue ? Dans notre „coin linguistique“ en ligne, vous pouvez apprendre des langues différentes.

10 € pro Kurs/par cours

Nach Terminabsprache / Sur rendez-vous

Online Klavierunterricht
Cours de piano en ligne

De Sie möchten von einem professionellen Musiklehrer bequem und flexibel von zu Hause aus Unterricht erhalten? Dann ist unser Live-Klavierunterricht per Webcam ist die ideale Lösung.

Fr Souhaitez-vous recevoir des leçons d'un professeur de musique professionnel - de manière pratique et flexible de la maison? Alors nos cours de piano en ligne sont la solution idéale.

€	**25 € pro Kurs/par cours**
	Nach Terminabsprache / Sur rendez-vous
	Nicole Heffels, Musiklehrerin

Online Gesangskurse
Cours de chant en ligne

De Wir beschäftigen uns mit Körbewusstsein, Atem, Stimmbildung und der Entdeckung der ganz persönlichen Stimme. Die Teilnehmer bekommen individuelle eingespielte Audio-Aufnahmen zugeschickt, Noten und Textmaterial, womit sie während der Woche die gelernten Lieder spielen und singen können.

Fr Nous nous occupons de la conscience corporelle, de la respiration, de l'entraînement de la voix et de la découverte de la voix très personnelle. Les participants reçoivent des enregistrements audios, des partitions et du matériel textuel, avec lesquels ils peuvent jouer et chanter les chansons apprises pendant la semaine.

€	**25 € pro Kurs/par cours**
	Nach Terminabsprache / Sur rendez-vous
	Nicole Heffels, Musiklehrerin

LIVE

DogTrickGym (DTG)

De Dog Trick Gym verbindet die klassischen, aber auch besonderen Tricks Ihres Hundes mit Gymnastikübungen für den Menschen. Der Fokus der Gymnastikübungen liegt auf dem Frauchen bzw. Herrchen und der Zusammenarbeit zwischen Hund und Mensch.

Fr Dog Trick Gym combine les tours classiques, mais aussi particuliers de votre chien avec des exercices de gymnastique pour l'homme. L'accent des exercices de gymnastique, est mis sur le maître et sur la collaboration entre le chien et l'homme.

Nach Terminabsprache / Sur rendez-vous

Hundetraining Pfotenglück

GRATIS

Gratis Tablet-Schnupperstunde für Einsteiger
Cours d'initiation gratuit à la tablette pour les débutants

De Die Zeitung digital lesen, Videos schauen, Enkelfotos angucken: Über den Kauf eines Tablets denken immer mehr Menschen nach. Doch manch einer ist abgeschreckt von der Technik: „Ich weiß doch gar nicht, wie das geht..." Wir erklären Ihnen kostenlos die Handhabung eines Tablets.

Tablets zum Ausprobieren der ersten Schritte werden gratis zur Verfügung gestellt.

Les appareils pour essayer les premières étapes sont spécialement mises à disposition.

Fr Lire le journal en numérique, regarder des vidéos, regarder les photos des petits-enfants : De plus en plus de personnes envisagent d'acheter une tablette. Mais certaines personnes sont rebutées par la technologie : "Je ne sais même pas comment l'utiliser...". Nous vous expliquons-gratuitement-comment utiliser une tablette.

Nach Terminabsprache / Sur rendez-vous

Kreativ-& Dekorationsbox für zu Hause
Set de bricolage à la maison

De Wie kann man sich zu Hause mit entspannenden Projekten die Zeit vertreiben? Wir haben fertig gepackte Sets zusammengestellt, welche Sie sich einfach nach Hause liefern lassen können.

Fr Comment passer le temps à la maison avec des projets passionnants ? Nous avons préparé des kits prêts que vous pouvez facilement vous faire livrer à la maison.

Bestellen Sie sich den kostenlosen Katalog
Commander votre catalogue gratuit

GRATIS

Beratungs- und Besuchsdienst
Service de conseil et de visite

De Während der Corona Pandemie ist unser Beratungs- und Besuchsdienst fester Bestandteil unserer Aktivitäten geworden. Dieses Angebot wird demnach auch zukünftig fester Bestandteil unseres Aktivitätsangebotes sein.

Fr Pendant la pandémie de Corona, notre service de conseil et de visite est devenu une partie intégrante de nos activités. En conséquence, ce service continuera à faire partie intégrante de notre gamme d'activités à l'avenir.

Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous

LIVE

Online Yoga mit Sarah Cattani
Yoga en ligne avec Sarah Cattani

Gesond iessen Méi beweegen

De Bei unserem Online Yoga Kurs können Sie gemütlich von zuhause aus mitmachen. Dank moderner live Streaming-Dienste kann die Nähe zur Yoga-Lehrerin nachempfunden werden

Fr Participez à notre cours de yoga en ligne dans le confort de votre domicile. Grâce aux services modernes de diffusion en direct, la proximité avec le professeur de yoga se fait sentir.

120 € (12 Einheiten/ séances)

jeden Samstag / chaque samedi

Sprache / langue : LU

Uewersauer - Telefon

En oppent Ouer fir lech

Informatioune fir Leit déi

- **Informatioune fir d'Organisatioun vun hirem Alldag brauchen.**
- **sech eleng fillen an ee Wee an d'Gesellegkeet vum Club Uewersauer sichen.**

Tëscht 8.30 an 10.30 Auer

LE GOUVERNEMENT DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région

Stauséigemeng

Inter-Actions
Développement & Action Sociale

39, rue Flebour • L-9633 Baschleiden
Tél.: 27 40 27 80
Email: clubuewersauer@inter-actions.lu
www.clubuewersauer.lu
Suivéiert eis op Facebook an Instagram!
/clubuewersauer

www.inter-actions.lu

Gemeinsame Sammelaktion für die Ukraine – Alle packen mit an!

Am Donnerstag, dem 3. März 2022, startete der Club Uewersauer einen Aufruf in seinen 5 Partnergemeinden für Sachspenden. Die Welle der Hilfsbereitschaft war enorm. Gesammelt wurden vor allem Hygieneartikel, Verbandsmaterial, Decken, Konserven, usw. die in der Ukraine dringend gebraucht wurden.

Die Spenden wurden, mit Hilfe von ehrenamtlichen HelferInnen aus den 5 Gemeinden, in den Räumlichkeiten des „Atelier Communal" im Clemensbongert in Heiderscheid gelagert, sortiert, beschriftet und verpackt.

Unterstützt wurde die Aktion ebenfalls, von den EinwohnerInnen der Gemeinde Bourscheid, welche gemeinsam mit dem „CIS Buerschent" sich der Solidaritätsaktion des Club Uewersauer anschloss.

Der Transport in ein Krankenhaus in Lwiw, in der Ukraine, wurde vom Team von „Wir sind Grenzenlos- Katastrophenschutz Luxemburg" organisiert. Ursprünglich war angedacht, die Hilfsgüter mit nur einem Fahrzeug nach Lwiw zu transportieren. Dank der großen Resonanz machten sich am Mittwoch, dem 9. März, jedoch schlussendlich 2 Laster und mehrere Lieferwagen auf den Weg in die Ukraine und kehrten am Sonntag, dem 13. März zurück. Alle HelferInnen, welche diese Reise angetreten haben, sind wohlauf wieder zuhause angekommen !

Wir sagen DANKE für die Unterstützung:

- Allen SpenderInnen & Ehrenamtlichen
- Den EinwohnerInnen der beteiligten Gemeinden
- Dem CIS Buerschent
- Den Gemeideverwaltungen und Gemeindemitarbeitern der 5 Gemeinden

WIR SIND GRENZENLOS

Attention,
un carton

Teilnahmebedingungen

Der Club Uewersauer wurde in erster Linie für die Einwohner aus den Gemeinden Boulaide, Goesdorf, Esch-Sauer, Winseler und der Stauseegemeinde geschaffen. Aber auch Bürger aus anderen Gemeinden sind herzlich willkommen.

Teilnahme an den Aktivitäten

Für die Teilnahme an den Aktivitäten brauchen Sie keine Mitgliedskarte des Club Uewersauer. Die Teilnahme an Aktivitäten erfolgt auf eigene Verantwortung und auf eigenes Risiko. Bei gesundheitlichen Problemen nehmen Sie bitte vor den Aktivitäten, Ausflügen oder Reisen Rücksprache mit Ihrem Hausarzt. Des Weiteren übernimmt Club Uewersauer keine Haftung für eventuell entstandene Schäden.

Bei Teilnahmen an spezifischen Aktivitäten bitte entsprechende Ausstattung oder vorgegebene Materialien mitbringen.

Aus Rücksicht auf alle Teilnehmer beginnen wir unsere Aktivitäten pünktlich bzw. pflegen bei Ausflügen und Reisen pünktlich abzufahren.

Da unsere Mitarbeiter keine medizinische Ausbildung haben, sind sie nicht berechtigt Hilfestellungen bei medizinischen Problemen zu leisten. Falls Sie gesundheitliche Einschränkungen haben und pflegende Unterstützung brauchen, müssen Sie eine Begleitperson mitbringen.

Anmeldungen

Anmeldungen für Aktivitäten sind möglich per Telefon 2740 2780 oder per Mail clubuewersauer@i-a.lu

Wenn Sie sich angemeldet haben, müssen diese Anmeldungen von uns bestätigt werden. Mit der Anmeldung erklären Sie sich mit dem Ablauf der Aktivität, den internen Teilnahmebedingungen des Club Uewersauer und Teilnahmegebühr einverstanden. Falls eine Aktivität bereits ausgebucht ist, können wir Sie auf eine Warteliste setzen für den Fall, dass ein Platz frei wird.

Zahlung

Für alle Aktivitäten erhalten Sie eine Rechnung. Nach Erhaltung überweisen Sie bitte den Teilnehmerbetrag mit Angabe der Referenz des Schreibens auf die Kontonummer LU59 1111 7207 6656 0000 (Bank CCPLLULL).

Der Club behält sich vor Teilnehmer bei gebührenpflichtigen Aktivitäten abzulehnen, wenn die Teilnahmegebühr nicht entrichtet, ist bzw., wenn der Teilnehmer sich weigert die Teilnahmegebühr zu bezahlen.

Bei Reisen oder Urlauben mit einem Reiseveranstalter gelten die Fristen und Rückzahlungsbedingungen des Reiseunternehmers. Weitere Informationen zum Datenschutzgesetz erhalten Sie auf unserer Homepage.

Datenschutz

Während den Aktivitäten können Sie fotografiert oder gefilmt werden. Der Club Uewersauer nutzt dieses Bildmaterial zu Publikationszwecken. Mit Ihrer Anmeldung erklären sie sich mit dieser Nutzung einverstanden. Falls Sie nicht damit einverstanden sind, bitten wir sie uns dies schriftlich mitzuteilen.

Der Club Uewersauer legt Wert auf die regelkonforme Beachtung des „Réglement Grand-ducal de la Protection des Données". Für die Anmeldung zu verschiedenen Aktivitäten benötigen wir aus organisatorischen oder statistischen Gründen verschiedene persönliche Daten von Ihnen. Wir versichern Ihnen, damit vertraulich umzugehen und Ihre Daten nur in Bezug auf die Organisation der Aktivitäten zu nutzen.

Abmeldungen

Falls Sie Ihre Teilnahme an einer Aktivität rückgängig machen müssen, bitte schnellstmöglich Bescheid sagen, damit eventuell ein anderer Teilnehmer gefunden werden kann. Ist dies nicht der Fall, können wir entstandene Unkosten (Reservierung, Essen, Tickets, usw.) nicht rückerstatten.

Bei Abwesenheit ohne Abmeldung oder falls Sie eine Aktivität abbrechen müssen, müssen Sie trotzdem den gesamten Unkostenbeitrag bezahlen

Absage einer Aktivität

Der Club Uewersauer behält es sich vor, Aktivitäten abzusagen oder zu verschieben. Bei vollständiger Absage bzw. falls Ihnen der neue Termin nicht passt, wird Ihnen die vollständige Teilnahmegebühr rückerstattet.

Covid19 Maßnahmen

Alle Sicherheitsmaßnahmen und Anweisungen des Personals sind einzuhalten. Desinfizieren Sie sich Ihre Hände vor und nach jeder Aktivität. Sie verpflichten sich, das Team des Club Uewersauer im Falle einer positiven Diagnose mit COVID-19 unverzüglich zu informieren.

Stauséigemeng

LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration
et à la Grande Région

Inter-Actions
Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu

Club Uewersauer

39, rue Flebour • L-9633 Baschleiden

Tel.: 27 40 27 80 • GSM: 621 82 65 36
Email: clubuewersauer@inter-actions.lu

www.clubuewersauer.lu

Folgen Sie uns auch auf Facebook!
/clubuewersauer